குருதேவரின்

உபதேச மொழிகள்



ஸ்ரீ சுவாமி சிவானந்தா

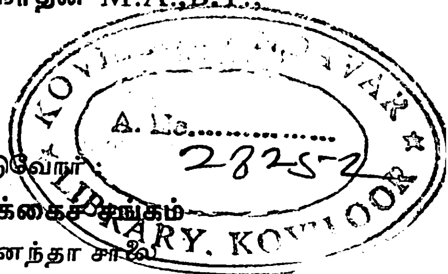
குருதேவரின்
உபதேச மொழிகள்

அருளியது :

ஸ்ரீ சுவாமி சிவானந்தா

தமிழாக்கம் :

திரு. T. M. லோகநாதன் M.A., B.T.,



வெளியீடுவோர் :
தெய்வீக வாழ்க்கைச் சங்கம்
சுவாமி சிவானந்தா சாலை
இராசிபுரம் : : சேலம் மாவட்டம்.

விலை] 1992 [ரூ. 2-00

Translated :
"UPADESA MALA"
in Tamil

Printed out of the magnanimous donation of :
SRI SWAMI NIRMALANANDA
Ṣivananda Ashram, Rishikesh
Himalayas. (U. P.)

குருதேவரின் உபதேச மொழிகள்

1 உங்களைச் சீர்திருத்தம் செய்து கொள்ளுங்கள். சமுதாயம் தானாக திருந்திவிடும்.

2 நம் வாழ்க்கையில் நாட வேண்டிய ஒரு பொருள் இறைவனே.

3 நன்னடத்தை ஒரு நாளில் ஏற்படுவதல்ல.

4 நன்னடத்தையை மேற்கொள்ளுங்கள். உங்கள் வாழ்க்கை நல்லதாகவே அமைந்து விடும்.

5 அன்பு, ஆனந்தம், அறிவு ஆகியவைகளின் சொரூபமே இறைவன்.

6 எல்லோரையும் நேசியுங்கள். எல்லோருடனும் இணைந்து வாழுங்கள். எல்லோரிடமும் அன்பாகவே இருங்கள்.

7 இறைவன் உண்மையே; உண்மை இறைவனே.

8 நல்லவராகவே இருங்கள்; நல்லதையே செய்யுங்கள். இதுவே தெய்வீக வாழ்வு.

9 அஹிம்ஸை, உண்மை, பிரம்மசர்யம் இம்மூன்றைக் கடைப் பிடியுங்கள்.

10 நீங்கள் அஹிம்ஸையை மேற்கொண்டால், பிற நல்லனவற்றைப் பெறுவீர்கள்.

11 நாக்கைக் கட்டுப்படுத்தி விட்டால், ஐம்புலன்களையும் வென்றவராவீர்.

12 தன்னலமற்ற சேவையால் உங்கள் மனதைத் தூய்மையாக்கிக் கொள்ளுங்கள். புலன்வழி இன்பங்கள் ஒரு போதும் நிறைவானதல்ல என்பதை உணர்வீர்கள்.

13 நிறைகுணத்தைப் பெறுவதே வாழ்வின் குறிக்கோள்.

14 உண்மையான அன்பே உலகத்தின் மிகப்பெரிய சக்தி.

15 இறைவன் நாமத்தால் அடைய முடியாதது உலகத்தில் ஒன்றுமில்லை.

16 உணர்ச்சிப் பெருக்கு பக்தியல்ல. ஆழ்ந்த, தூய அன்பே பக்தியாகும்.

17 எல்லா தீமைகளுக்கும் கைகண்ட ஒரே மருந்து இறைவன் நாமமே.

18 இறைவன் நாமத்தைவிட உயர்ந்தது உலகில் ஒன்றுமில்லை.

19 தியானம் உங்கள் உள்ளத்தில் ஒளியை ஏற்றும்.

20 வாழ்வின் தலையாய குறிக்கோள் முக்தி அடைவதே.

21 இறைவன் மொழியில் உங்களைப் பழக்கிக் கொள்ளுங்கள். இறைவன் மொழி மௌனம்.

22 காட்சியும், கருத்தும் வெவ்வேறு நிலைகள்.

23 உங்கள் குறைகளையும், தவறுகளையும் ஒத்துக் கொள்ளுங்கள். நீங்கள் முன்னேறுவீர்கள்.

24 முக்தி நிலை உங்கள் பிறப்புரிமை. அதை இப் பொழுதே உணருங்கள்.

25 இறைவன், மனிதன் கற்பனைக்கும் எட்டாதவர். ஆனால் அவர் இருப்பது முக்காலும் உண்மையே

26 எளிமையாகவும், ஒளிவுமறைவின்றியும், குழந்தையைப் போல் இருங்கள்.

27 மதம் வாழ்வின் இலக்கை அடையும் சாதனமே.

28 உங்களுக்குள்ளே நோக்குங்கள். உண்மையை உணர்வீர்கள்.

29 இறைவனிடத்தில் பதிப்புரிமை இல்லை. அவரின் எல்லாப் பொருளும், எல்லோருக்கும் சொந்தம்.

30 தன்னல மறுப்பு, உண்மை, அன்பு ஆகியவை இறைவுணர்வின் வழிகள்.

31 நாத்திகனும் துன்பத்தில் துவளும்போது இறைவனை நினைக்கிறான்.

32 கஷ்டங்களை அனுபவிக்கிற அளவு ஒருவன் ஞானம் பெற்றவனாகவும், உறுதி உள்ளவனாகவும் ஆகிறான்.

33 பல்வேறு எண்ணங்கள் மனதில் வந்து போகும். அவைகளைக் கட்டுப்படுத்துவதே யோகம்.

34 ஆசையில்லாதவனே அகில உலகச் சக்ரவர்த்தி.

35 நல்ல எண்ணத்துடன் செய்யப்படும் செயல் நல்லதே.

36 ஒருவரின் சொந்த முயற்சிக்கு இறைவன் அருள் கிடைக்குமானால், அவர் இறை உணர்வை அடைவது எளிது.

37 தூய ஒழுக்கத்திற்கேற்பவும், உள்ளுணர்வின் குரலின்படியும் உங்கள் வாழ்க்கையை அமைத்துக் கொள்ளுங்கள்.

38 தன்னை உணராத எதுவும் தத்துவமாகாது.

39 இறைவன் உருவம் அற்றவன். ஆனாலும் எல்லா உருவமும் அவனே.

40 பூமியில் சொர்க்கத்தைக் காண வேண்டுமானால், எல்லோரும் துறவிகளாக வேண்டும்.

41 சிறுசெயல்களே பெரியவற்றை ஆக்கும்.

42 உண்மையை அறிய விரும்பினால், திருமணம் செய்து கொள்ளாதீர்கள்.

43 உங்கள் வருமானத்திலேயே வாழுங்கள்.

44 காலம் பொன்னை விட உயர்ந்தது என்பதை நினைவில் கொள்ளுங்கள்.

45 முதுமையில் செலவழிக்க, இளமையில் சேமியுங்கள்.

46 சோம்பலாக ஒரு போதும் இருக்காதீர்கள்.

47 எப்போதும் இறைவனை நினையுங்கள்.

48 தூங்கும் முன் பகலில் நீங்கள் செய்தவைகளை நினைத்துப் பாருங்கள்.

49 நல்லோர் சேர்க்கையும், நல்ல சொற்களுமே ஒழுக்கத்தின் அடையாளங்கள்.

50 அழகான பொருள்கள், கடமையைக் கருத்துடன் ஆற்றியது—இவைகளின் நினைவு எப்போதும் இருக்கும்.

51 தீமையை முறியடிக்கவும், மிக நல்லதைப் பெறவும் வீரத்துடன் போரிடுங்கள்.

52 எல்லாப் பொருளிலும் நன்மையும் இருக்கிறது.

53 எல்லாப் பொருளிலும் நல்லதையே பாருங்கள்.

54 உலகம் ஒரு நிலைக் கண்ணாடி. நீங்கள் செய்வதை, அது திருப்பிச் செய்யும்.

55 செலவாளி மனைவி செல்லாக் காசான கணவனை உருவாக்குகிறாள்.

56 உடல் அழகு தோலின் மேல் அளவே.

57 எதையும் செம்மைப்படுத்த முயலுங்கள்.

58 மற்றவர் உணர்ச்சியைப் புரிந்து கொள்ளுங்கள்.

59 பண்பான செயல்கள் சாவதில்லை.

60 பணிவை விதைப்பவர், நட்பை அறுவடை செய்கிறார்.

61 அன்பை நடுபவர், பாசத்தைப் பறிக்கிறார்.

62 பெரிய செயல்களுக்கும், பெருமைக்கும், இளமையே வித்து.

63 நினைத்துப் பார்க்காமல் பேசாதீர்கள்; சிந்தனை செய்யாமல் செய்யாதீர்கள்.

64 முறையற்ற ஆட்டத்தில் ஜெயிப்பதைவிட, தோற்பது மேல்.

65 "முதியவர்கள் முட்டாள்கள்" என்று இளைஞர்கள் நினைக்கிறார்கள். "இளைஞர்கள் தான் அவ்வாறு" என முதியவர்கள் நினைக்கிறார்கள்.

66 வாழ்க்கை கஷ்டமானது. இளமை வீணானது. புத்திசாலிகள் மட்டும் பயனடைகிறார்கள்.

67 பிச்சைக்காரனின் மூத்தவன் சோம்பேறி.

68 பசியின் தாய் சோம்பேறித்தனம், திருட்டு அத்தாயின் உடன் பிறப்பு.

69 செல்வமோ, சமுதாய அந்தஸ்தோ உண்மையான சந்தோஷத்தைக் கொடுக்காது.

70 சந்தோஷம் நம் மனதிற்குள்ளேதான் இருக்கிறது.

71 குற்றமுள்ள மனம் மற்றவர்களை நம்பாது.

72 எதையும் நுணுக்கமாகத் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

73 மனம் தளராதீர்கள். நிதானமாகவும், அழுத்தமாகவும் முன்னேறுங்கள்.

74 உங்கள் புலன்களை விழிப்புடன் கண்காணித்து வாருங்கள்.

75 எந்த வேலையையும் உரிய நேரத்தில் முடித்து விடுங்கள்.

76 குறிக்கோளுக்காக செல்வத்தையும் தியாகம் செய்யுங்கள்.

77 தீர யோசித்து, உறுதியான தீர்மானத்தை மேற்கொள்ளுங்கள்.

78 சோதனைகளைப் பொறுமையுடன் சகித்துக் கொள்ளுங்கள்.

79 பெற்றோர்களின் அறிவுரையைப் பின்பற்றுங்கள்.

80 வாழ்க்கைப் போராட்டத்தில் தைரியமாக ஈடுபடுங்கள்.

81 அன்பாகவும் பணிவாகவும் இருங்கள்.

82 மற்றவர்களைத் தூற்றாதீர்கள்.

83 உள்ளத்திற்கு விரோதமாக எதையும் செய்யாதீர்கள்.

84 நண்பர்களைப் பெருக்கிக் கொள்ளாதீர்கள்.

85 ஒரு போதும் பொய் பேசாதீர்கள்.

86 தீய எண்ணங்களிலிருந்து உள்ளத்தைக் காப்பாற்றுங்கள்.

87 ஒரு நாட்டின் விதி, அந்நாட்டின் பெண்களின் கையில் உள்ளது.

88 பாரதத்தின் பெருமை, அதன் பெண்களின் பெருமையே.

89 பெண்களைப் போற்றாத சமுதாயம் நிச்சயம் அழிந்துவிடும்.

90 எளிமையும், தூய்மையும் இல்லாத பெண் போற்றுதற்குறியவள் அல்ல.

91 ''போதும்''என்ற எண்ணமே அளவற்ற செல்வம்

92 முன்னேற்றமே வாழ்க்கையின் சட்டம்.

93 நம்பிக்கை இல்லாத போது, முயற்சி ஒன்றும் இராது.

94 எல்லாவற்றின் ஆரம்பம் சிறியதே.

95 ஆடம்பரம் ஒரு செயற்கை வறுமை.

96 ஆடம்பரம் அமைதிக்கு விரோதி.

97 கைமாற்று கேட்கும் போது நட்பு முறிந்து போகிறது.

98 வாழ்க்கையின் தூண்கள் நல்லொழுக்கங்களே.

99 தன்னை உணர்தலுக்குத் திறவுகோல் பொறுமையே.

100 பொய் பேசுபவனுக்கு நல்ல ஞாபக சக்தி இருக்க வேண்டும்.

101 முன் கூட்டியே திட்டமும், முறையும் இன்றி செயலாற்றுவது, திசைகாட்டி இல்லா கப்பல் போன்றது.

102 உண்மை நண்பன் இன்பத்தைக் கொடுக்கிறான், துன்பத்தைக் கொள்கிறான்.

103 தீயவன் தன்னைச் சேர்ந்தவர்களையும் கெடுத்து விடுகிறான்.

104 போனது போகட்டும்; நடப்பதைக் கவனிப்போம்

105 பொறுமையை இழப்பது அறிவை இழப்பதாகும்.

106 "நான் உன்னுடையவன், எல்லாம் உன்னுடையவையே" — இதுவே சிறந்த பிரார்த்தனை.

107 'உன்னுடைய விருப்பப்படியே எல்லாம் நடக்கும் இறைவா'.

108 எண்ணம், சொல், செயல் — இம் மூன்றும் ஒன்றாகவே இருக்கட்டும்.

109 இறைவனை நம்புங்கள். நாளைப் பற்றிக் கவலைப் படாதீர்கள்.

110 பறவைகள், விலங்குகள் — இவைகளிடமிருந்து நல்ல பாடங்களைக் கற்றுக் கொள்ளுங்கள்.

111 சோம்பலை வெற்றிகொள்ள, யோகம், பிராணாயாமம், எளிய சாத்வீக உணவு ஆகியவைகளை மேற்கொள்ளுங்கள்.

112 மன்னித்து மறந்துவிடுங்கள் தெய்வீக உணர்வை பெறுவீர்கள்.

113 கடந்ததை மறந்துவிடுங்கள். புதிதாக வாழ்வைத் துவக்குங்கள்.

114 வாழ்க்கையில் வருவதைத் தைரியமாக எதிர் கொள்ளுங்கள், பொன்னான எதிர்காலம் உங்களுக்காகக் காத்திருக்கிறது.

115 வெறும் கற்பனையான கஷ்டங்களுக்கும், நோய்களுக்கும் ஆளாகாதீர்கள்.

116 ஆன்மீக சாதகர் ஆத்ம பாவத்துடன் தொண்டு செய்யாவிட்டால். அவர் வாழ்க்கை வீணானதே

117 உலகத்துப் பொருள்களின் வெளி அழகைக் கண்டு ஏமாறாதீர்கள். அதுவே மாயை.

118 மனதைக் கண்டித்து, துன்புறுத்தி "தான்" என்னும் ஆணவத்தை அழித்துவிடுங்கள்.

119 உங்களை இறைவனிடம் ஒப்படைத்து விடுங்கள் பின் உங்களைப் பற்றிய கவலை உங்களுக்கு வேண்டாம்.

120 தைரியமாக இருங்கள், உறுதியாக இருங்கள், உங்களுக்கு ஒரு துன்பமும் வராது.

121 இறைவனை உங்கள் இருதய கமலத்தில் இருத்துங்கள்.

122 உங்கள் மனப் போராட்டத்தில் வீரராக விளங்குங்கள்.

123 வாழ்வின் இலக்கை எப்போதும் கண்முன் நிறுத்துங்கள். உயர்ந்த கருத்துக்களை எங்கும் பரப்புங்கள்.

124 எல்லோருடைய கருத்துக்களுக்கும், உணர்வுகளுக்கும் மதிப்பு கொடுங்கள்.

125 எல்லாவற்றிலும் சிறிதளவு உண்மை இருக்கும்.

126 தெய்வீக வாழ்வை நாடுங்கள், மன அமைதி பெறுவீர்கள்.

127 ஆன்மீக சாதனை மட்டும் தான் உங்களை தெய்வீக வாழ்க்கைக்கு இட்டுச் செல்லும்.

128 சான்றோர்கள், ஆன்றோர்கள் —இவர்கள் நடந்த பாதையில் செல்லுங்கள்.

129 தாகம் இறைவனின் காட்சிக்காக இருக்கட்டும். பசி ஆன்ம தத்துவத்திற்காக இருக்கட்டும்.

130 விரிவுபடுத்துங்கள், வெளிப்படுத்துங்கள், வளர்ச்சி பெறுங்கள்.

131 உள் நோக்கிப் பாருங்கள், உள் நோக்கி ஆராயுங்கள், மாயைத் திரையை விலக்குங்கள்.

132 அமைதியாக இருங்கள், அசையாதிருங்கள்.

133 பணிவோடு இருங்கள், எளிமையாக இருங்கள், மென்மையாக இருங்கள், இனிமையாக இருங்கள்

134 எழுச்சிபெறுங்கள், உழைத்துக் கொண்டிருங்கள் எல்லாவற்றிலும் வெற்றி பெறுவீர்கள்.

135 நற்பண்புகளை எப்போதும் வளர்த்துக் கொண்டிருங்கள்.

136 நல்ல பழக்கங்களை நிலை நிறுத்திக் கொள்ளுங்கள். தீய பழக்கங்களை வேருடன் அகற்றி விடுங்கள்.

137 உயிருக்கும் விலை இல்லை; காலத்திற்கும் விலை இல்லை,

138 உலகம் ஒரு பெரிய பல்கலைக் கழகம்.

139 உலகம் உங்களுடைய அமைதியான ஆசான்.

140 உங்கள் மனதிற்கு ஒருபோதும் செல்லம் கொடுக்காதீர்கள்.

141 பொய் மிகக் குறைந்த உண்மை; தீமை மிகக் குறைந்த நன்மை.

142 'நான்' அழியும்போது பக்தி தானாகத் தோன்றுகிறது.

143 'நான்' என்ற அகந்தையை விலக்காத வரை இறைவனின் அளப்பரிய அன்பைப் பெற முடியாது.

144 ஞான மார்க்கத்தில் செல்ல விழைகின்ற சாதகர்களுக்கு முதலில் பகுத்தறிவு வேண்டும்.

145 பக்தி — அதுவே பயனும், முடிவுமாகும்.

146 இறைவனுக்குத் தொண்டு செய்யுங்கள்; இறைவனை குடும்பத்தினராக உணருங்கள்.

147 இறைவனை அடைய எண்ணற்ற வழிகள் உள்ளன.

148 நீங்கள் உண்மையானவராக இருந்தால், இறைவனை அடைவது திண்ணம்.

149 நீங்கள் இறைவனை நேசிப்பது உண்மையானால், எல்லோரையும் நேசிக்க ஆரம்பித்து விடுவீர்கள்.

150 யாவும் இறைவனின் தோற்றமே.
151 நீங்கள் இறைவனை நேசிக்கும் போதும் பிரபஞ்சமே இனிதாகத் தோன்றும்.
152 எல்லா உயிர்களுக்கும் தொண்டு செய்வதே வாழ்க்கையின் பெரிய பயன்.
153 அன்புக்கு வெகுமதி தெரியாது; அன்புக்கு பயமும் தெரியாது.
154 உயிரும், அன்பும் பிரிக்க முடியாதவை.
155 உலக வாழ்க்கை சாரமற்றது; புலன்களை நம்பாதீர்கள்.
156 தெய்வீக எண்ணங்களால் உங்கள் மனதை நிரப்பிக் கொள்ளுங்கள்.
157 ஒழுக்கங்களால் உங்கள் மனதைப் பரிசுத்தப் படுத்திக் கொள்ளுங்கள்.
158 பிரபஞ்சம் முழுவதும் இறைவன் நிறைந்திருக்கிறான்.
159 உயிரும், உணர்வுமாக இறைவன் எல்லோரிடத்திலும் வாழ்கிறான்.
160 வைராக்யம் இல்லாதது மதம் அல்ல.
161 தன்னைத் துறந்தால், இறைவன் அருள் கிட்டும்.
162 அற்ப பொருள்களிடத்தில் இன்பம் இல்லை.
163 சமாதி நிலையே இறை உணர்வாகும்.
164 ஆயத்தமாக இருங்கள். இந்நொடியே சாவதற்கும் தயார் என்ற நிலையில் வாழுங்கள்.
165 இறைவனை மட்டும் நம்புங்கள்; நேசியுங்கள்.
166 இறைவனுக்காக மட்டும் ஏக்கம் கொள்ளுங்கள்.
167 உங்களிடம் இருக்கும் ஆத்மா, நீங்கள் மிகவும் நேசிக்கும் பொருள்களுக்கும் அருகில் இருக்கிறது; உங்களுக்கு மிகவும் அருகில் இருக்கும் பொருள்களுக்கும் அருகில் உள்ளது.
168 பக்தர்கள் மிகவும் ஆசைப்படும் உருவில் இறைவன் தோன்றுகிறார்.

169 நாம் பெரிதும் விரும்பித் தேடவேண்டியது இறைவனையே.

170 இறைவன் மட்டுமே இருந்து வருகிறார். ஏனையவை அழியும் ஆவணங்கள்.

171 உண்மையான சாதகர்களும், உண்மையான குருக்களும் கிடைப்பது மிக அரிது.

172 அறியாமையே பல பிறவிகளுக்குக் காரணம்.

173 அறக் கொடியை தலைக்கு மேலே உயரத் தூக்கிப் பிடியுங்கள்.

174 எல்லோரிடத்திலும் கருணை உள்ளவர்களாக இருங்கள், பரந்த மனப்பாங்குடையவர்களாக இருங்கள்.

175 சுதந்திரமும், அமைதியும் நம்முடைய இரண்டு கால்கள்.

176 அன்பும், அருளும் நம்முடைய இரு கண்கள்.

177 தன்னை அறிதலே நம்முடைய வாய்.

178 பூரணத்துவம் என்பது உண்மையில் நம் உள்ளமும், ஆத்மாவும் ஆகும்.

179 படைப்புகள் யாவும் இறைவனின் குடும்பம்.

180 இப்பிரபஞ்சம் இறைவன் அருளால் நடைபெறுகிறது.

181 உண்மையே அழியாதது.

182 பொய் சாகும்; மறைந்தும் போகும்.

183 அழியாததும், யாராலும் அடக்க முடியாததும் உண்மையே.

184 அறிவைச் சம்பாதியுங்கள். அதுவே செல்வக் கருவூலம்.

185 அறிவே பரம்பொருள்.

186 தத்துவம், பண்பட்ட வாழ்வின் முறையாகும்.

187 உடல், உள்ளம், ஆன்மா — இம்மூன்றின் வடிவமே மனிதன்.

188 மனித உடல் பிரபஞ்சத்தின் சிறு அச்சு(வடிவம்)

189 பகுத்தறிவில்லாதவன் உண்மைக் குருடன்.
190 பல பிறப்புக்கும், இறப்புக்கும் ஆசையே காரணம்.
191 எண்ணம் எதுவோ, அதுவாகிறீர்கள். எண்ணமே வாழ்வு.
192 காரியம் இன்றி உலகில் எதுவும் நடைபெறாது.
193 மூச்சின் மின்னல் தோற்றமே உயிர்.
194 அடிப்படையில் மனித இனம் ஒன்றே.
195 பிராணன் (சக்தி) — இதுவே உலகை இயக்கும் விசையாகும்.
196 மாறா பெருவாழ்வே முக்தி நிலை.
197 போகப் பொருள்களைத் தேடும் எந்த முயற்சியும் நன்மையில் முடியாது.
198 குறிக்கோள் உடைய ஆடவர், பெண்டிரே இன்றைய உலகில் உடனடித் தேவை.
199 ஆன்மீகப் பெருவாழ்விற்கு தன்னல மறுப்பே உயிர் மூச்சு.
200 பிறரை வெறுத்தல், தீங்கு செய்தல் — இவை இரண்டும் பிசாசு குணங்கள். இவைகளிலிருந்து விலகி இருங்கள்.
201 ஆத்மாவின் மறுபெயர் சாந்தம் அல்லது எப்போதும் அமைதி.
202 சமாதானமே நம் வேதம்; உலகெங்கும் பரப்புங்கள்.
203 திருமணம் மிகப் பெரிய விலங்கு (சங்கிலி).
204 யோகி, துறவி — இவர்களின் அணிகலன் அமைதியே.
205 உள்மனத்தின் அமைதி நிலை, வெளிப்புறத்தைச் சார்ந்திருப்பதில்லை.
206 தன்னை உணர்ந்த நிலையே உண்மையானப் பரிபூரண நிலை.
207 மக்களின் கலாச்சார ஒருமைப்பாடு நாட்டை உயர்ந்ததாக்குகிறது.

208 பாரதத்தின் கலாச்சாரம் இறவா பெரு நெறிகளில் வேரூன்றி இருக்கிறது.

209 கால ஓட்டம், பாரதக் கலாச்சாரத்தின் பெருமையை அசைக்க முடியவில்லை.

210 ஆனந்தப் பெருவாழ்வுக்கு ஆதாரம் இறைவன்.

211 மனமே இறைவனை அடையும் வழி.

212 இறைவனை மறுப்பதும், இறைவனை வரையறைய முயலுவதும் ஒன்றே.

213 இன்னல்களுக்கு ஆறுதல் இறைவனே.

214 இறைவனோடு ஒப்பிடக்கூடியது ஒன்றுமில்லை.

215 இறைவனின் அழகு அருளில் இருக்கிறது; அவர் அருளே ஒப்பற்ற அழகு.

216 பக்தி செய்வதே மதம்.

217 மதம் உலக சகோதரத்துவத்தைக் கூட்டுகிறது.

218 மனித இனம் முழுவதற்கும் ஒரே மதத்தைத் திணிப்பது தவறு.

219 இறை அனுபவத்தைப் பெறுவது மதத்தின் சாரம்.

220 மதக் கோட்பாடுகளை வாழ்க்கை நியதியாக்கி, நடைமுறைப்படுத்தும் அளவு மதத்தைப் புரிந்து கொள்கிறோம்.

221 அறம் இல்லா இடத்தில் அமைதியும், மகிழ்ச்சியும் இருக்காது.

222 அறத்தைத் தவிர வேறு ஒன்றும் உங்களைக் காக்காது.

223 உண்மை வெற்றி பெற்றே தீரும்.

224 நன்னடைத்தை மதத்திற்கு நுழைவாயில்.

225 நன்மை புரிதல் நல்வாழ்க்கைக்கு வழி.

226 துன்பப்படுகின்றவனுக்கு ஆறுதலாகச் சொல்லப் படும் சொல் கருணை.

227 பாவத்தின் கூலி தீராத் துயரம். நன்மையின் பயன் ஆனந்தம்.

228 நன்னடத்தை மகிழ்ச்சிப் பெருக்கு.

229 கல்வி வேர்; பண்பு மலர்; அறிவு கனி.

230 வாழ்வின் ஆழ்ந்த தத்துவத்தின் மீது கல்வி இருக்க வேண்டும்.

231 சோம்பேறியின் மனம் சைத்தானின் தொழிற் கூடம்.

232 ஒரு இறைவனை அறிஞர்கள் பலவாறு பேசு கிறார்கள்.

233 நீங்கள் குறைவுடையவர் என்றால் நிறைவுடைய வரும் இருக்க வேண்டுமல்லவா?

234 யோகத்தை வாழ்வின் ஒரே லட்சியமாகக் கொள்ளவேண்டும்.

235 சாதனையில் மூழ்கி, இறைவனை உணருங்கள்.

236 செய்யுங்கள் அன்றேல் சாவது மேல்.

237 ஆசையே மனதின் மிகப்பெரிய அசிங்கம்.

238 உயிர்களுக்குத் தொண்டு செய்வதற்கே வாழுங்கள்

239 அறிவியல் மதத்திற்கு எதிரானது அல்ல; ஆயத்த நிலை ஆகும்.

240 நோய் ஒவ்வொன்றும் கர்மத்தின் தீர்வு.

241 உங்கள் மனதை நல்ல நண்பனாக்கிக் கொள் ளுங்கள்.

242 மனதையும், புலன்களையும் கட்டுக்குள் வைத் திடுங்கள். இதுவே மிகப்பெரிய வெற்றி.

243 பிரார்த்தனை உங்கள் வாழ்வின் ஆதாரமாக இருக்கட்டும்.

244 முன்மாதிரியாக நடந்து காட்டுபவர் நல்ல வழிகாட்டி.

245 தூய அறிவிலும், புலன் கட்டுப்பாட்டிலும் ஆன் மீக வீரம் இருக்கிறது.

246 நடப்பது எதையும், புன்முறுவலோடு ஏற்றுக் கொள்ளுங்கள்.

247 செல்வமல்ல, ஞானமே உயர் வாழ்வின் வழி.

248 உண்மை, அன்பு, அழகு, நன்மை — எல்லாம் ஒன்றே.

249 நம்பிக்கை நடத்தையைத் தீர்மானிக்கிறது: சிந்தனை ஒழுக்கத்தை தீர்மானிக்கிறது.

250 உண்மையையும், பொய்யையும் பகுத்துணரத் தெரிந்து கொள்ளுங்கள்.

251 நீங்கள் இப்பூலோகத்தில் ஓர் யாத்திரிகர்.

252 ஆசைப்படும் பொருளை விட்டுப்பிரிதல் துயரம்.

253 ஆன்மாவைப்பற்றிய ஞானம் நல்லொழுக்கத்தின் அழகுமலர்.

254 சான்றோராக விளங்க வேண்டுமானால், பரிசுத்தராக இருங்கள்.

255 நல்ல தன்மைகள் அத்தனையும் அஹிம்சையைச் சுற்றியே உள்ளன.

256 புலனடக்கம் அமைதிக்கும், இன்பத்திற்கும் கொண்டு செல்கிறது.

257 கெட்ட சொல்லைவிட, நல்ல சொல் மிக உயர்ந்தது; ஆனாலும் அதற்குச் செலவு ஒன்றுமில்லை.

258 இறைவன் தாம் விரும்புவர்களைப் புடம்போட்டு எடுக்கிறார்.

259 ஆசையும், பக்தியும் ஒன்றாக இருக்காது.

260 இவ்வுலகில் மிகப்பெரிய சக்தி அமைதியான அன்பின் ஆற்றலே.

261 இறைவன் திருநாமம் இனிப்பானது, இன்பமானது; இறவாமை கொடுக்கும் அமுதம்.

262 மூச்சினோடே இறைவன் திருநாமத்தை ஜபியுங்கள்

263 பாசத்தையும், அன்பையும் ஒன்றாக நினைக்காதீர்கள்.

264 இறைவன் திருநாமத்தை ஜபிப்பதை தவிர நாக்கிற்கு வேறு பயிற்சி கொடாதீர்கள்.

265 இறைவன் உங்களிடமிருந்து நிறைமனதை எதிர் பார்க்கிறார்.

266 இறைவன் அருள், வாழ்வின் மிகப்பெரிய பொக்கிஷம்.

267 இறைவன் உங்களை எப்போதும் கண்காணிக் கிற காவலன்.

268 காணாத இறைவன் மீது வைக்கும் நம்பிக்கையே பக்தி.

269 நம்பிக்கையில்லா வாழ்வு சோகம் நிறைந்த பாழ்.

270 மனமுருகி செய்யும் பிரார்த்தனை இறைவன் அருளைச் சேர்க்கும்.

271 தூங்கப் போகும் முன்னும், விழித்த பின்னும் குறைந்தது 5 நிமிடங்கள் பிரார்த்தனை செய்யுங் கள்.

272 பக்தனின் முதல் கடமை இறைவனை பக்தி செய்வது, இறைவனை அறிய முயற்சிப்பதுமே.

273 இறைவனை எல்லாப் பொருள்களிலும், எல்லா பொருள்களை இறைவனிடத்திலும் காண்பவனே உண்மையான பக்தன்.

274 உண்மையான பக்தன் யாரையும் வெறுப்ப தில்லை. எல்லோரையும் தழுவிக் கொள்கிறான்.

275 பக்தன் இறைவனின் கருவி.

276 பக்தனுக்கு சோகம் இருப்பதில்லை.

277 பக்தனும், ஞானியும் ஒரே மட்டத்தில் இருக்கி றார்கள்.

278 அன்பு அத்தாட்சியை நாடுவதில்லை; தானே அதற்கு அத்தாட்சியாகிறது.

279 அன்பு அனைவரையும் பிணைக்கும் சக்தி.

280 அன்பு, நன்மை தீமைகளை ஆராய்வதில்லை. கண்டிப்பதுவுமில்லை.

281 வெறும் வறட்சியான அறிவுவாதத்தை விட பக்தி மேலானது

282 இறைவன் மேல் நம்பிக்கை இல்லாதது, ஆன்மா சாவிற்கு சமமானது.

283 (இறைவனைத் தவிர) உனக்குச் சொந்தம் என்று சொல்லிக் கொள்வதற்கு வேறு யாரும் இல்லை.

284 யோகம் தன்னை வெல்லும் சக்தியைக் கொடுக்கிறது.

285 எதிலும் மிதமான நிலையில் இருப்பது யோகத்தில் வெற்றி பெறும் திறவுகோல்.

286 அஹிம்ஸை வீரத்தின் உச்ச கட்டம்.

287 நீங்கள் உண்மையானவர்களாக இருந்தால் எல்லா குணநலன்களும் சமயத்தில் தாமே வந்தமையும்.

288 பிரம்மசர்யம் நல்ல ஆரோக்யத்தையும், அளவற்ற சக்தியையும் கொடுக்கிறது.

289 உண்மையான பெருமை மனதை வெற்றி கொள்ளும் அமைதியில் இருக்கிறது.

290 அடிமைப் படுத்துவதும், அடிமைத்தனத்திலிருந்து விடுதலைப் பெறச் செய்வதும் மனமே.

291 மனதுடன் நடைபெறும் போரே உலகில் பெரிய போர்.

292 தன்னடக்கமே பேரானந்தம்.

293 ஆத்ம சாதனையில் வெகுவேகமாக முன்னேற வேண்டுமானால் மனதில் தோன்றும் ஒவ்வொரு எண்ணத்தையும் கண்காணிக்க வேண்டும்.

294 உயிரோடு இருப்பதின் உயர்ந்த நிலை எண்ணமே, ஆற்றல் அல்ல.

295 நமது எண்ணங்கள் எதிர்காலத்தை நிர்ணயிக்கின்றன.

296 ஒவ்வொரு எண்ணத்திற்கும் ஒரு குறிப்பிட்ட காரியம் இருக்க வேண்டும்

297 உள்ளுணர்வை நம்புங்கள்; அது ஒருபோதும் உங்களை ஏமாற்றாது.

298 உள்ளுணர்வே வேதாந்த தத்துவத்தின் உரை கல்.

299 புலனடக்கம் அளப்பரிய நினைவாற்றலைக் கொடுக்கும்.

300 காமமும், குரோதமும் இரட்டையர்கள். ஞானம், பக்தி, அமைதி-இவைகளுக்கு பரம எதிரிகள்.

301 மனம் கடந்த காலங்களின் நினைவுத் தொகுப்பு (நினைவு மூட்டை).

302 எண்ணத்தின் ஆற்றலே நம் நடத்தையின் ஆற்றல்.

303 நல்ல எண்ணங்கள் மனம் என்னும் ருத்ராட்ச மாலையின் மணிகளாகட்டும்.

304 யோக வாழ்வை மேற்கொள்ளுங்கள். உயர்ந்த கருத்துகளைப் பரப்புங்கள்.

305 தன்னை உணர்ந்தவன், தான் விரும்பியதை அடைகிறான்.

306 அறியாமைப் பிடியிலிருந்து மீள ஞான தாகம் கொள்ளுங்கள்.

307 பகுத்தறிவு விளக்கை எப்போதும் பிரகாசமாக வைத்திருங்கள்.

308 அறியாமை இருள் விலகும் போது பிரம்மம் தானே சாக்ஷாத்காரம் ஆகிறது.

309 ஆன்மீக விழிப்பு, நிறை உணர்வைக் கொடுக்கிறது.

310 விஞ்ஞானிகளின் கண்டுபிடிப்புகளுக்கும் அப்பால் இருப்பவன் இறைவன்.

311 முக்தி சாசுவதமான அமைதி நிலை.

312 வேற்றுமையைக் கற்பிக்கும் உங்களுக்கு பயம் காத்திருக்கிறது.

3 3 தெய்வீக ஒளியில் நாம் அனைவரும் ஒன்றே.

314 உண்மை பிரபஞ்ச தோற்றத்தைத் தாண்டும் போது, வரையறைக்குள் சிக்குவதில்லை.

315 அறிவும் ஆற்றலும் ஒன்றே.

316 பராசக்தியின் தோற்றமே இப்பிரபஞ்சம்.

317 எந்த மந்திரத்தை ஜபித்தாலும் மனம் பரிசுத்தம் அடைகிறது. அத்துடன் இறைவனை நோக்கி கொண்டு செல்கிறது.

318 வாழ்க்கை குறுகியது. நேரமும் ஓடிக்கொண்டே இருக்கிறது. பயன்படுத்திக் கொள்ளுங்கள். பிரார்த்தனை செய்யுங்கள்.

319 ஆத்மா, பிறப்புக்கு முன்னும் இருந்தது. இறப்புக்கு பின்னும் இருக்கும்.

320 உருவங்கள் வெறும் கற்பனையே, உண்மை அவைகளுக்கு அப்பால் இருக்கிறது.

321 அறியாமையின் கதவைத் திறந்து கொண்டு ஞானவெளிக்கு வாருங்கள்.

322 எந்த வேலையையும் அரைகுறையாகச் செய்யாதீர்கள்.

323 உங்கள் கடமைகளை மனப்பூர்வமாகச் செவ்வனே செய்யுங்கள். உரிமை கேட்காமலே உங்களை அடையும்.

324 புகழ்ச்சியும், இகழ்ச்சியும் வெறும் காற்றின் அலைகள். அவைகளைத் தாண்டி உயரே வாருங்கள்.

325 தொண்டு செய்யுங்கள்; ஆளும் உரிமை வரும்.

326 உயிர் இருப்பதற்காக, அவசியமானப் பொருள்களாக நாம் நினைப்பதெல்லாம் வெறும் குருட்டு ஏக்கங்கள்.

327 சமாதான ஒப்பந்தங்களும், உடன்படிக்கைகளும் காகிதம் வரையில்தான். அவை போர்களைத் தவிர்க்காது.

328 நாளைய உலக அமைதிக்காக இன்று பலபேர் தம் சொந்த அமைதி இன்றி உழைக்கிறார்கள்.

329 மாறிவரும் புதிய காலத்திற்கேற்ப உங்களையும் மாற்றிக் கொள்ளுங்கள்.

330 இறந்து போனவர்களைத் தூற்றாதீர்கள்.

331 தலைவரின் பின் செல்வது எளிது. தலைமை தாங்கிச் செல்வது கஷ்டம்.

332 பெண் தெய்வீகச் சக்தி.

333 கஷ்டப்படத் தெரிந்தவன் மிகுந்த அமைதியை அனுபவிக்கிறான்.

334 ஒழுக்க நெறியினின்று ஒருபோதும் விலகாதீர்கள்.

335 இரக்க உணர்வையும், உலக சகோதரத்துவத்தையும் வளர்த்துக் கொள்ளுங்கள்.

336 சிறிதே பேசுங்கள், இனிதே பேசுங்கள்.

337 காரியம் காரணத்திலும், காரணம் காரியத்திலும் பிணைக்கப்பட்டிருக்கின்றன.

338 உங்களால் முடிந்ததைச் செய்யுங்கள். மீதத்தை இறைவனிடம் விட்டுவிடுங்கள்.

339 இறைவனிடமிருந்து பிரிந்து வந்ததற்காக அழுங்கள்; அவரின் காட்சியைக் காணுவீர்கள்.

340 இரக்கம், பாசம், பெருந்தன்மை, சகிப்புத் தன்மை, பணிவு - இவைகளை வளர்த்துக் கொள்ளுங்கள்.

341 ஒரு முன்னோடியின் அறிவுரையைக் கேளுங்கள்.

342 வேற்றுமை பாராட்டுவதை விடுங்கள். சம நோக்கோடு பழகுங்கள்.

343 எல்லா பந்தங்களையும் கைவிடுங்கள்.

344 மனம் தளர்தலைப் போன்ற தொத்து வியாதி மற்றொன்று இல்லை.

345 மற்றவர்களுக்கு வரப்பிரசாதமாக வாழுங்கள்.

346 அமைதியான, அன்பான, நட்பான குண நலங்களைப் பெறுங்கள்.

347 உங்களுடைய பழைய சம்ஸ்காரங்களும், புதிய வாசனைகளும் உங்களுடைய பரம விரோதிகள்

348 சமபாவனை, சமநோக்கு—இவைகளைப் பெற்றவர்கள் எப்போதும் மன அமைதியுடன் இருக்கிறார்கள்.

349 டாம்பீக வாழ்வை மேற்கொள்ளாதீர்கள்.

350 உலகச் சந்தையிலிருந்து ஒதுங்கி இருங்கள்.

351 பூலோக வாழ்வு நீண்ட கனவு; மாயையின் மாயாஜாலம்.

352 பொது பிரார்த்தனை, பொது தியானம் உலக அமைதிக்கு பெரிதும் துணை புரியும்.

353 ஐம்புலன்களும் எந்நொடியிலும் உங்களை ஏமாற்றுகின்றன.

354 வாழ்வியல் நாடகத்தில் பிறப்பும், இறப்பும் இரு காட்சிகள்.

355 உலக நடைமுறையில் உழலும் மனிதன் ஒரு ஆன்மீக ஏழையே. எவ்வளவு புத்திசாலியாக இருந்தாலும் என்ன? எவ்வளவு செல்வந்தனாக இருந்தாலும் என்ன?

356 துன்பத்தை இன்பம் என்று நீங்கள் தவறாகக் கருதுகிறீர்கள்.

357 வைராக்கியத்தில் அடைக்கலம் அடையுங்கள்.

358 உலக, இன்பங்கள் ஆரம்பத்தில் இன்பங்களாகத் தோன்றுபவை. முடிவில் கொல்லும் விஷமாக மாறி விடுகின்றன.

359 புலன்வழி இன்பங்கள் நிரந்தர இன்பங்களாகா.
360 உடல் ஆரோக்கியமில்லாவிட்டால், எந்தத் துறையிலும் முன்னேற முடியாது.
361 உடல் ஆரோக்கியத்திலிருந்து அழகு ஊற்று உண்டாகிறது.
362 இறைவனை அடைவதற்கு ஏற்ற சாதனம் பற்றற்ற மனமே.
363 காமத்தை முழுதும் ஒழித்தவன், தானே பிரம்ம மாகிறான்.
364 ''நான்'' என்ற பாவத்தினால் வினையாற்று கிறவன், அதில் கட்டுண்டு போகிறான்.
365 காம வேட்கையே ஆசைகள் எல்லாவற்றைவிட உக்கிரமானது.
366 காமவேட்கை ஒருவனைப் பிச்சைக்காரர்களில் ஒருவனாக்குகிறது.
367 சாதனை ஒருவர் மனதை உறுதியாக்குகிறது. இறைவன் மீது ஒன்றிப் போகச் செய்கிறது.
368 கர்ம வினைகள் உண்மையில் மனதின் வினைகளே.
369 இன்பமும், துன்பமும் மனதைச் சார்ந்தவை.
370 பிரபஞ்சமும், அதன் பொருட்களும் மனதில் பலப்படித்தரங்களாக இருக்கின்றன.
371 எண்ணமே மன ஆற்றல்களில் மன்னன்.
372 வினையாற்றுவது இறைவன் வழிபாடு என்பதை மறக்கக் கூடாது.
373 இறைவனோடு ஐக்கியமாவதற்கான முயற்சியே பிரார்த்தனை.
374 பிரார்த்தனை மிகப்பலம் பொருந்திய ஆன்மீக விசை.
375 பிரார்த்தனையில் விரும்பியதைப் பெறும் தன்மையைப் பற்றி வாதவிவாதம் கூடாது.

376 ஆன்மீக விஷயங்களில் வாதவிவாதம் கூடாது.
377 இறைவன் அருளுக்காக பிரார்த்தனை செய்யுங்கள். உலக விஷயங்களுக்காக அல்ல.
378 பிரார்த்தனை மலைகளையும் அசைக்கும்.
379 சங்கீர்த்தனை ஸம்ஸார சாகரத்தைக் கடக்கும் ஓடமாகும்.
380 மனிதன் உணவினால் மட்டும் வாழ முடியாது. ஆனால் இறைவன் நாமத்தால் வாழ முடியும்.
381 தீமையில் நன்மையும், அவலக்ஷணத்தில் அழகையும், துன்பத்தில் இன்பத்தையும் காணும் போது அமைதி நிலவுகிறது.
382 ஆன்மீகத்தாகம் உள்ளவன் இறவாமை என்னும் அமுதத்தைக் குடிப்பான்.
383 தரமில்லாதவர்கள் மற்றவர்களைத்தம் தம் தரத்திற்கேற்ப நினைக்கிறார்கள்.
384 சான்றோர்கள் அறச்செயல்களைப் பயன் கருதாது ஆற்றுகிறார்கள்.
385 சகிப்புத்தன்மை என்பது ஞான நிலை.
386 முக்திக்கு வழி தேடுபவன் அறிவாளி.
387 கர்வியும், பிறர் பொருளைக் கவருபவனும் ஒரு போதும் அமைதியாக இருக்க முடியாது.
388 கசப்பான மாத்திரையில் இனிப்பான பலன்கள் உள்ளன.
389 ஒருவர் முகத்தில் அவரின் புண்ணியமும் பாவமும் விளம்பரமாகின்றன.
390 நீங்கள் மற்றவர்களிடம் இருந்து எதிர்பார்ப்பதையே, மற்றவர்களுக்குச் செய்யுங்கள்.
391 ஆர்வமுள்ள சாதகர் அகில உலக சக்ரவர்த்தி.
392 இனிமையான பொய்யைவிட கசப்பான உண்மையே மேல்.

393 மதப் போர்வையில் போலிகள் இருப்பது மிகப் பெரிய குற்றமாகும்.

394 மற்றவர்கள் நலனை நாடும் பழக்கம் வாழ்வை வளமாக்கும்.

395 போதனையைவிட உதாரணமாவது மேல்.

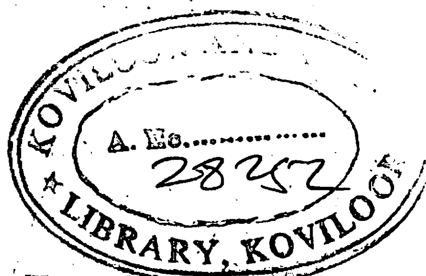
396 அன்பும், செயலும் மனிதனின் இருபக்க சக்கரங்கள்.

397 சொர்க்கமும் நரகமும் மனதின் கற்பனையே.

398 பிறரின் அறச் செல்வத்தை கண்டு பேராசை கொள்ள வேண்டும்.

399 சட்டமும் சட்டமியற்றுபவரும் ஒன்றே.

400 பிரக்ருதி தான் செயல்படுகிறது, ஆத்மாவல்ல.



திரிலால் பிரஸ், திருநெல்வேலி-6.